**5 MINUTOS DE SAÚDE**

**CONFIANÇA EM DEUS**

**A natureza espiritual é urna força poderosa que encaminha para o bem, a saúde, a cura, a vida. Quem precisa de força, saúde, cura? Não são, por acaso, os doentes, os fracos, os cansados? Sob o poder dessa força, a cura prosperará.**

**Sem dúvida, o amor explica e define o que é natureza espiritual - a única coisa de eterno que podemos "carregar”, pois o amor nunca morre. É a centelha do próprio Deus em nós, o segredo da vida eterna. Já a natureza carnal é uma força autodestruidora, que encaminha para a doença, sofrimentos e morte.**

**O crescimento dessas naturezas está nas nossas mãos. Prevalecerá a natureza mais alimentada.**

**A diferença de estilo de vida faz parte da mensagem do Apocalipse. Claro, mudança no estilo de vida só poderia ser para os que habitariam a Terra nos últimos momentos da História.**

**Por acaso, os apóstolos Paulo e Pedra precisaram mudar seu estilo de vida para ter saúde? O ar que respiravam era puro; a água, sem aditivos; os alimentos, sem agrotóxicos, conservantes e cancerígenos. Andavam grandes distâncias a pé em ambiente calmo e quieto.**

**O que é que esse "anjo" do Apocalipse está dizendo? Volte ao princípio, volte aos desígnios de Deus ao criar o mundo. Como gostaria que todos compreendessem o quanto este caminho é melhor! Um caminho de experiências extraordinárias, bem-estar, cura, saúde e aperfeiçoamento espiritual.**

**Como podemos orar a Deus pela cura de diabetes se continuamos usando na dieta gorduras, alimento de origem animal e açúcar? Como orar a Deus por paciência se durmo tarde e uso estimulantes como chocolate, café, carne e açúcar na dieta? Experimentando na própria vida a bênção da cura e da saúde recobrada, a confiança vai se firmando em Deus.**

***Recursos Para Uma Vida Natural, pág. 65***

**Disse Aléxis Carrel, célebre cirurgião e biólogo francês:**

**“A oração não é apenas um ato com que rendemos culto a Deus. É igualmente, irradiação da natureza religiosa do homem, a mais potente forma de energia de quantas conseguimos desenvolver. Sua influencia em nosso ser espiritual e material é tão demonstrável como a das glândulas secretoras. Seus efeitos podem avaliar-se, pelo maior grau de bem estar-físico, de vigor intelectual e de fibra moral que proporciona... quem forma o habito de oração sincera experimenta a seguir transformação profunda e notória da vida.**

**A oração imprime uma marca indelével nos atos e no porte. Ar pacífico, semblante sereno, aspecto tranqüilo são manifestações exteriores da paz que infunde a oração naqueles cuja vida enriquece. Acende ela no interior da alma uma luz iluminadora. O homem vê-se a si mesmo. Adquire um senso de responsabilidade moral. Faz intelectualmente humilde.**

**Empreende desta maneira a jornada a jornada que leva as almas à graça. A prece é força que atua no ser humano tão real e efetivamente como a gravidade na terra. Durante minha carreira de médico, tocou-me ver homens que, depois de haver falhado neles a terapêutica, venciam a enfermidade e dominavam a melancolia mercê do sereno esforço da oração. É esta a única força do mundo que parece sobrepor-se ás chamadas ‘leis naturais’.”**